

BREZZASKIN

La tua guida di bellezza

BONUS · VERO O FALSO

10 Miti sulla pelle, senza filtri

Quello che ti hanno sempre detto — e come stanno davvero le cose

Bonus gratuito · Metodo BrezzaSkin

MITI 1-4 · I CLASSICI

Cominciamo dai più famosi

1. “Il dentifricio asciuga i brufoli”

FALSO

Brucia la pelle sana intorno e lascia una macchia che dura mesi. Il brufolo se ne va nei suoi tempi comunque.

2. “I punti neri sono sporco”

FALSO

È sebo ossidato a contatto con l'aria, non sporczia. Per questo strofinare più forte non li elimina: li irrita.

3. “Più ti lavi il viso, meglio è”

FALSO

Ogni lavaggio in più toglie il film protettivo. La pelle si difende producendo più sebo: più lavaggi = più brufoli.

4. “La pelle grassa non va idratata”

FALSO

Grassa e idratata sono cose diverse: sebo è grasso, idratazione è acqua. Una pelle disidratata produce ancora più sebo.

MITI 5-7 · SOLE E DINTORNI

Quelli che sembrano logici

5. “D’inverno la protezione solare non serve”

FALSO

I raggi UV passano anche con le nuvole, e le macchie lasciate dai brufoli si scuriscono proprio con la luce.

6. “Il sole cura l’acne”

FALSO

All’inizio sembra migliorare (la pelle si scurisce e asciuga), poi peggiora: ispessimento, pori più ostruiti, macchie più scure.

7. “Il cioccolato fa venire i brufoli”

FALSO

Non è il cacao: sono gli zuccheri. Una dieta ad alto indice glicemico stimola il sebo. Il cioccolato fondente c’entra poco.

MITI 8-10 · QUELLI CHE FANNO PIÙ DANNI

E i tre più importanti

8. “L’acne è questione di scarsa igiene”

FALSO

È una condizione con cause biologiche precise (ormoni, sebo, infiammazione). Non sei sporca: hai una pelle che va capita, non punita.

9. ““Per pelle acneica” in etichetta è una garanzia”

FALSO

È una frase di marketing, nessuno la certifica. La verità sta nell’INCI sul retro (c’è una checklist apposta in queste risorse).

10. “Se dopo la deterzione la pelle tira, è pulita”

FALSO

Quella sensazione è la barriera che si è indebolita. Dopo il lavaggio la pelle deve sentirsi morbida, mai tirata.

Quante ne sapevi già? Se almeno una ti ha sorpresa, il metodo completo è nella guida “I 7 Errori”.